

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

**Связь диспозициональной суверенности, сопереживания и способности
прощать**

Научный руководитель – Нартова-Бочавер Софья Кимовна

Янченко Александра Андреевна

Студент (бакалавр)

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Факультет
социальных наук, Москва, Россия

E-mail: aayanchenko@edu.hse.ru

Феномены суверенности психологического пространства личности, сопереживания и прощения являются относительно новыми в исследованиях психологии личности. Появление к ним научного интереса связано, как нам кажется, с постепенным переходом от медицинского, «дефицитарного» взгляда на природу человека к «ресурсному». Современное представление о человеке больше сконцентрировано не на уязвимостях, а на возможностях и способностях, которыми человек обладает для укрепления своего благополучия [3]. В «ресурсной оптике» и начинают свое развитие феномены сопереживания и прощения как способности, положительно влияющие на благополучие человека. Это влияние обнаружила Kristin Neff, автор теории сопереживания себе [6]. Кроме этого, по мере того как конструкт суверенности психологического пространства обрастал эмпирическими фактами, внимание исследователей смещалось от более «приземленных», простых связей (например, связь суверенности с возрастными особенностями, полом) к более сложным. В данный момент наблюдается повышенный интерес к тому, как суверенность соотносится с духовным измерением человека: его нравственностью [2, 1, 3], чувством справедливости, моральными мотивами [3]. Тем не менее, до сих пор отсутствуют исследования связи суверенности психологического пространства личности с сопереживанием и прощением. Таким образом, настоящее исследование отвечает на вопрос: какова связь суверенности психологического пространства с сопереживанием и прощением? Есть ли она, и, если есть, можно ли утверждать, что нарушение личностных границ может привести к снижению или, наоборот, улучшению способности сопереживать и прощать?

В онлайн-опросе приняли участие 103 респондента. Для оценки сопереживания была использована «Шкала страха сопереживания» [5], которая включает в себя 3 субшкалы - сопереживание себе, сопереживание другим и сопереживание от других. «Шкала страха прощения» ('Fears of Forgiveness Scale') измеряла способность прощать и включала в себя субшкалы прощения себя, других и прощение человека другими [7]. Для выявления состояния границ личности использовалась новая версия опросника «Суверенность психологического пространства личности - 2010». Она включает в себя 6 субшкал: суверенность тела, территории, вещей, привычек, социальных связей и ценностей [4].

В ходе исследования нами были выдвинуты следующие гипотезы: 1. Суверенность психологического пространства положительно связана со способностями сопереживать себе и другим, а также прощать себя и других; 2. Выраженность способностей сопереживать и прощать модерируется уровнем суверенности психологического пространства личности.

В результате были получены количественные значения по всем субшкалам. Проранжировав показатели всех респондентов по показателю суверенности, мы разбили выборку на 3 группы: суверенные (со здоровыми личностными границами), депривированные (те, чьи границы личности слишком проницаемы) и сверхсуверенные (те, чьи границы личности чрезмерно непроницаемые и ригидные). Результаты исследования оказались совершенно неожиданными. Предполагалось, что суверенность связана со всеми конструктами, однако

статистически значимая корреляция обнаружилась только с сопереживанием себе у депривированных. Чем сильнее человек депривирован, чем ниже его показатель суверенности психологического пространства, тем выше способность сопереживать себе. Интересно, что способность сопереживать другим, а также прощение себя и других, не показывают никаких корреляций. Депривированные, ощущающие себя субъективно обделенными и желающими обладать лучшим, чем у них есть, проявляют развитую эмпатию к себе, жалеют себя, то есть становятся в позицию «жертвы». Опираясь на предыдущие исследования суверенности [3], мы приходим к выводу, что сопереживание себе, равно как и суверенность психологического пространства личности, является не духовно-нравственным конструктом, как мы предполагали ранее, а эволюционным адаптивным механизмом личности, по структуре схожим с копинг-стратегиями. Этим объясняется и наличие высокого уровня сопереживания себе исключительно у депривированных, то есть тех, чьи границы личности по какой-то причине истончились. В связи со стрессогенными факторами суверенность психологического пространства могла быть нарушена, и сопереживание себе - это стратегия, направленная на выживание индивида в социальной среде. Подводя итог, можно сказать, что первая гипотеза исследования полностью не подтвердилась (связь суверенности была обнаружена только с сопереживанием себе и исключительно у депривированных респондентов), а вторая гипотеза подтвердилась частично: действительно, суверенность психологического пространства личности влияет на сопереживание себе, однако не влияет на другие виды сопереживания и прощения.

Наше исследование стало предпосылкой нового теоретического взгляда на феномен сопереживания себе, с точки зрения которого открывается необходимость его исследования уже не как духовно-нравственного конструкта, а психического адаптивного свойства личности, по своему назначению схожего с копинг-стратегиями.

Источники и литература

- 1) Буравцова Н. В. Суверенность психологического пространства как фактор, способствующий развитию ценностно-смыслового пространства личности // Вестник НГУ. Серия: Психология. 2008. Т.2. Вып. 1, 45–49.
- 2) Коптева Н.В. Онтологическая уверенность и психологическая суверенность // Мир науки, культуры, образования. 2010. № 3
- 3) Нартова-Бочавер С.К. Психология суверенности: десять лет спустя. Смысл. 2017, 200 с.
- 4) Нартова-Бочавер С.К. Новая версия опросника «Суверенность психологического пространства личности – 2010» // Психологический журнал. 2014. Том 35. № 3, 105–119
- 5) Gilbert P., McEwan K., Matos M., & Rivis A. Fears of Compassion: Development of three self-report measures // Psychology and psychotherapy. 2011. 84. 239-55.
- 6) Neff K. D., Pisitsungkagarn K., & Hsieh Y. Self-compassion and self-construal in the United States, Thailand, and Taiwan // Journal of Cross-Cultural Psychology. 2008.
- 7) Woodyatt L., Worthington L.E., Wenzel Jr., & Griffin B.J. (Eds.). Handbook of the psychology of self-forgiveness. New York, NY: Springer. 2017.